



ほけんだより



2025年10月1日

社会福祉法人 緑友会
伊勢原ふたば保育園
ISEHARA FUTABA NURSERY

秋の風が心地よく感じられる季節になりました。運動会や園外活動など、戸外での行事が増える時期です。朝夕は冷え込むこともありますので、衣服の調節を工夫しながら、規則正しい生活リズムを大切に、元気に過ごしていきましょう。

秋の健康診断日程

* 内科健康診断: 10月24日(金) 9:30~

内科健康診断は、お休みしないようにしてください。

* 歯科健康診断: 11月11日(火) 9:15~

春にお休みされた方は必ず受けてください。 朝の歯磨きはしっかりとしましょう。



☞ 医師に確認したいことがありましたら、事前にお知らせください ☞

薄着の習慣について

朝晩は涼しくなり、日中との気温差を感じる季節になりました。つい厚着をさせたくなりますが、子どもたちは大人よりも体温が高く、元気に動き回ることによって体がすぐに温まります。必要以上に厚着をすると汗をかき、体を冷やして風邪をひく原因にもなります。

「薄着の習慣」を身につけることで、

- ① 汗をかきすぎず体温調節がしやすい
- ② 風邪をひきにくい体づくりにつながる
- ③ 活動がしやすく元気に遊べる

など、子どもたちの健やかな成長につながります。



インフルエンザについて

国内にて9月に入り感染者が増加し、近隣の学校でも学級閉鎖の対応がとられています。今後、保育園内での集団発生も懸念されます。



★インフルエンザと診断された場合の出席停止期間は以下の通りです★

潜伏期間 1~4日

症状 高熱、のどの痛み、鼻水、咳、関節痛
だるさ、食欲不振

合併症 気管支炎、肺炎、中耳炎、熱性けいれん
急性脳症

🐼 症状がある場合は、かかりつけ医に受診しましょう。 🐼

🐼 登園する際は、保護者が記載する登園届の提出が必要です。 🐼

発症した後5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過するまで